

## COMPAGNON ALCOOLIQUE

---

Par **Emaline** Posté le 22/08/2022 à 10h03

Bonjour j'ai besoin d'aide je suis perdu mon compagnon a été abstinent 2 ans et depuis avril il re boit souvent en cachette il cache ces bouteilles vide un peu partout je ne sais pas comment réagir .moi personnellement j'aime bien voir mon apéro le weekend de façon raisonnable est ce que je dois arrêter

### 3 RÉPONSES

---

**Pepite** - 22/08/2022 à 12h32

Bonjour Émaline,

Bienvenue sur ce forum.

Vous exprimez brièvement "Je suis perdue" et "j'aime bien boire mon apéro" alors que votre compagnon recommence à consommer de l'alcool tout en le niant.

Vous écrivez ici parce que "Je ne sais pas comment réagir".

Avec ces quelques éléments, je ne sais pas comment vous avez "agi" la première fois.

Pour "réagir", on tire des leçons de la première expérience. Quelle est elle ?

En attendant, je ne peux que vous inviter à prendre soin de vous. C'est tout un programme pour un chemin vers soi :

La santé dans sa globalité. Le rapport au corps, le bien-être mental, l'état d'esprit, l'amour de soi et des autres, le relationnel, ce qui le fait vibrer dans le temps.

Pépité

---

**Emaline** - 22/08/2022 à 12h55

Pépité

La 1 ère fois je me suis "couper du monde "pour être à ses coter et ne vivre que pour et a travers lui car en plus il est malade il fais des pancréatites il en a fais 3 en 4 ans . Quand il boit c est soit je ne dis rien et je lui en parle quand il est a jeun ou alors je râle et je prend ces bouteilles . Mais ds les 2 cas ça ne fonctionne pas .Il dis que si il boit c de ma faute car le samedi et dimanche midi je boit mes 2 verres de vin blanc .il ne travail pas et quand je rentre du travail la semaine soit il dort soit il pète un câble j'ai une fille de 8ans d une première union et même elle se met à la recherche des bouteilles vides a la maison

---

**Pepite** - 22/08/2022 à 13h23

Émaline,

"Couper du monde...pour et à travers lui" révèle une fusion du couple qui montre que le fond n'a pas été traité. Des 2 côtes.

Vous vivez dans la dépendance affective ou/et avec une substance. Vous êtes donc prisonnier de vos souffrances.

Einstein a dit que la folie est de toujours se comporter de la même manière et de s'attendre à un résultat différent.

Croyez que vous êtes capable de cheminer autrement en choisissant d'autres solutions. Par exemple un partenariat entre vos engagements et le soutien des professionnels.

Votre chemin (à tous) est un voyage vers vous, l'amour de la personne que vous êtes. Acceptez ce que vous n'acceptez pas. Conscientisez ce que vous ressentez

Par ailleurs, des blessures, la peur de l'abandon sans doute ou autres sont à l'origine de votre histoire. Identifiez et listez les rejets et ce que vous avez trouvé injuste depuis votre enfance. Vous 2. Parlez sans vous juger dans un premier temps.

Enfin, votre petite fille est une éponge émotionnelle. Comme elle, à huit ans, je trouvais ce que je cherchais et cela m'a fait plus de mal

que de bien. Toutefois, c'est résiliable.

Car LE malheur lié à l'alcool insécurise la mère et donc l'enfant.

Alors, parlez simplement de ce qu'il se passe avec elle. Écoutez et exprimez ce que vous ressentez.

Gardez le cap de l'amour dans votre vie. Les peurs ne sont que le résultat d'un réflexe archaïque, normal, pour lesquelles on apprend à les accueillir puis à leur dire bye bye.

Prenez soin de vous, c'est la clé.

Pépité

---